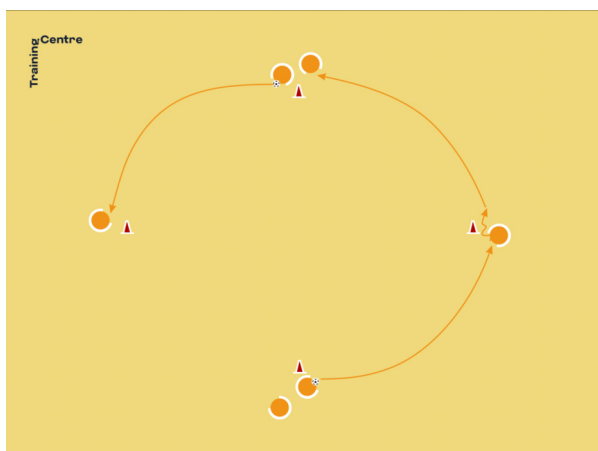
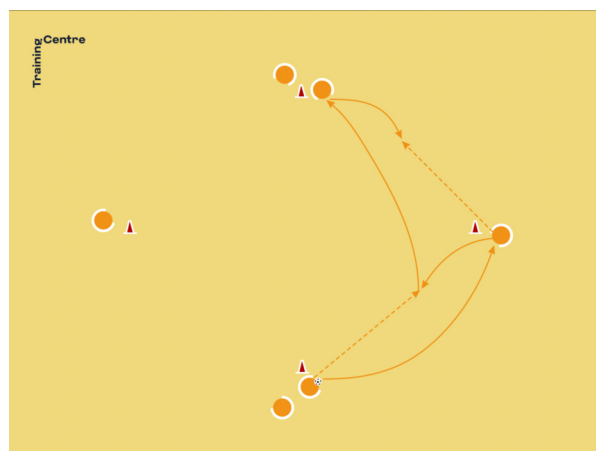


Beach soccer —●— Circuit de passes de volée



Circuit 1



Circuit 2

Organisation

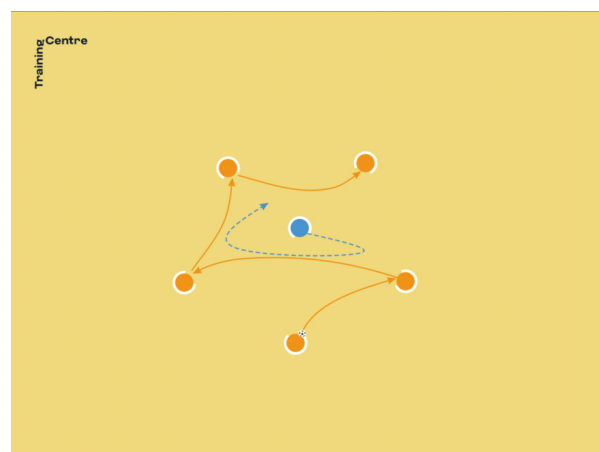
- Préparer un ou plusieurs circuits en fonction du nombre de joueurs disponibles. Chaque circuit est délimité par quatre plots disposés en losange.
- Prévoir six joueurs par circuit (voir image).

Explications

- Réaliser une passe en l'air de volée, et suivre son ballon.
- Le joueur qui reçoit le ballon doit effectuer deux ou trois jongles avant de le transmettre.
- Deux ballons en jeu. L'entraîneur définit le sens de rotation du circuit.

Variantes

- Changer le sens de rotation en cours d'exercice.
- Deux touches maximum : contrôle et passe de volée.
- Un ballon en jeu. Le receveur joue en retrait pour le partenaire qui arrive face à lui et qui devra jouer long en direction du plot opposé. Possibilité de jouer en une ou deux touches.
- Toro à 5 contre 1. Les joueurs extérieurs doivent se transmettre le ballon sans le faire tomber et sans utiliser la tête. S'ils parviennent à réaliser 20 passes consécutives, le joueur au milieu devra défendre un tour de plus.
- Toro à 4 contre 2. Les joueurs extérieurs peuvent utiliser la tête, mais ils sont limités à trois touches de balle.



Rondo

Points essentiels

- Demander aux joueurs de garder le ballon en l'air le plus longtemps possible. Le ballon ne doit pas tomber durant l'exercice.
- Travailler la communication : demander au receveur de signaler sa présence avec la voix, et au passeur d'appeler le coéquipier auquel il va transmettre le ballon